

# 40 timers HMS-kurs

*Opplæring for verneombud og AMU-representanter. Arbeidsgiver og ledelse kan med fordel delta.*

Foredragsholdere fra Legevakt Vest Bedriftshelsetjeneste

- 05.09.18 ✓ Arbeidsmiljøloven og dens forskrifter.  
✓ Internkontrollforskriften  
✓ Kort om andre regelverk som er sentrale i forbindelse med det systematiske HMS-arbeidet.  
✓ Ulike roller i HMS-arbeidet  
✓ Arbeidsmiljøfaktorer  
✓ Et fullt forsvarlig arbeidsmiljø og relasjoner i arbeidsmiljøet  
✓ Organisering av systematisk HMS-arbeid  
✓ Inkluderende arbeidsmiljø  
✓ Fordeler din arbeidsplass har ved å drive et godt HMS-arbeidet
- 06.09.18 ✓ Organisatoriske forhold  
Arbeidsrelatert stress  
✓ Mekanisk eksponering og muskel og skjelettplager.  
✓ Kjemiske, biologiske og fysiske arbeidsforhold  
✓ Helseundersøkelser  
✓ Oppfølging yrkesskade, dødsfall og uheldig hendelser i forbindelse med arbeid  
Herunder: meldeplikt
- 07.09.18 ✓ Organisering av systematisk HMS-arbeid og plikt til internkontroll  
Kartlegging, risikovurdering, målarbeid, handlingsplan og avviksbehandling  
✓ Hvordan identifisere Arbeidsmiljøfaktorer:  
Psykososialt og organisatorisk  
Kjemisk, biologisk og fysisk  
Mekanisk og ergonomisk

- 27.09.18 Arbeidsplassen psykososiale arbeidsmiljø
- ✓ Konfliktåndtering
  - ✓ Mobbing og trakassering, og oppfølging.
  - ✓ Rus og avhengighetsproblematikk
  - ✓ Varsling av kritikkverdige forhold
  - Oppfølging av klage, varsling og søknad
  - ✓ Vold og trusler i arbeidslivet
  - ✓ Samarbeid og trivsel

Det blir arbeidsoppgaver knyttet til det systematiske HMS-arbeidet i tiden mellom 3 og 4 kursdag. Oppgavene vil være bransjetilpassede, og det er anledning til å kontakte avklart foredragsholder om rådgivning. Arbeidsoppgavene tilsvarer 8 timers arbeid.

Sted: Silurveien 2, Oslo

Kl: 08.00 – 16.00

Pris: 6500 kr pr deltager

Påmelding sendes til: [ingrid-alice.lea@legevaktvest.no](mailto:ingrid-alice.lea@legevaktvest.no)

Frist for påmelding: 24. august 2018

Forbehold om endringer i programmet.  
Kursset blir avlyst ved for få deltagere.

## **Arbeidsmiljøloven**

§ 3-5 (1) Arbeidsgiver skal gjennomgå opplæring i helse-, miljø- og sikkerhetsarbeid.

### **Forskrift om organisering, ledelse og medvirkning**

#### **§ 3-18. Opplæring av verneombud og medlemmer av arbeidsmiljøutvalg**

Verneombud og medlemmer av arbeidsmiljøutvalg skal få den opplæring som er nødvendig for at de kan utføre sine verv på forsvarlig måte, jf. arbeidsmiljøloven § 6-5 første ledd og § 7-4. Opplæringen skal

- gi deltakerne forståelse av hva fullt forsvarlig arbeidsmiljø innebærer på deres arbeidsplass, arbeidsgivers og a) arbeidstakers roller og ansvar samt arbeidsmiljøutvalgets, verneombudets, bedriftshelsetjenestens og Arbeidstilsynets rolle og oppgaver,
- b) gi deltakerne kunnskap om det løpende helse, miljø- og sikkerhetsarbeidet basert på bred medvirkning, god dokumentasjon og systematikk,
- c) gi deltakerne kunnskap til å gjennomføre en enkel risikovurdering av fysiske, psykososiale og organisatoriske forhold i arbeidsmiljøet,
- d) gjøre deltakerne i stand til å identifisere faktorer som fremmer eller hemmer et godt psykososialt og organisatorisk arbeidsmiljø i deres virksomhet,
- e) gjøre deltakerne i stand til å identifisere de viktigste fysiske arbeidsmiljøfaktorene på egen arbeidsplass for å kunne redusere og forebygge skader og ulykker, blant annet når det gjelder ergonomi, støy og inneklima,
- f) gi en innføring og orientering om arbeidsmiljøloven og andre aktuelle lover og regler.

Brukes det kjemiske stoffer eller biologisk materiale slik som nevnt i arbeidsmiljøloven § 4-5, skal det gis opplæring om de helsefarer stoffene kan medføre.

Det skal gis ytterligere opplæring i emner nevnt i første og andre ledd som særlig er av betydning for arbeidsmiljøet i vedkommende virksomhet, i den utstrekning dette er nødvendig for at verneombud og medlemmer av arbeidsmiljøutvalg skal kunne utføre sine verv på forsvarlig måte.

Det bør også gis spesiell opplæring av verneombud innenfor verneområder med særlig kompliserte arbeidsmiljøproblemer. Hovedverneombudet skal ha minst samme opplæring som andre verneombud i virksomheten og i tillegg den opplæring som er nødvendig for å utføre oppgavene etter forskriften her § 3-5.

#### **§ 3-19. Varighet av opplæringen av verneombud og medlemmer av arbeidsmiljøutvalg**

Opplæringens varighet skal være minst 40 timer. Det kan avtales en kortere opplæring enn 40 timer, dersom partene i fellesskap er kommet fram til at det er forsvarlig ut fra en vurdering av problemenes karakter og omfang.

## Presentasjon av foredragsholdere

### **Kari Lise J. Eidjar** eidjar@legevaktvest.no



Kari Lise er eier av Legevakt Vest Bedriftshelsetjeneste.

Hun har oppdrag som BHT-lege og som fastlege.

Kari Lise har yrkeserfaring fra helsetjenesten, herunder fra sykehus, primærlegetjeneste, legevakt og hjemmetjenester. Hun er universitetslektor.

Utdanning og kurs:

- Arbeidsmedisin ved STAMI
- HMS-arbeid for arbeidsgivere
- Medisinstudiet

Diverse kurs for lege, herunder allmenntilleggsmedisin, gynekologi, psykiatri, hjertekar, rygg, kognitiv terapi

### **Louis Torbjørn Vosin** louisvosin@legevaktvest.no

Louis er arbeidsmedisiner.

Han har 28 erfaring som lege, hvorav 17 år som bedriftslege.

Utdanning og kurs:

- Medisinstudiet
- HMS Verneingeniør ved Teknologisk institutt og høyskolen i Stord / Haugesund
- Arbeidsmiljøopplæring ved Arbeidsmiljøsentret

Louis har gjennomført diverse kurs innen arbeidsmedisin, her kan nevnes noen eksempler  
Psykologisk arbeidsmiljø, Forebyggende helse på arbeidsplassen,  
Rus – en risikofaktor i arbeidslivet, Arbeidsbetingede lungesykdommer,  
Arbeidslivets toksikologi, Førstehjelp

### **Ingrid-Alice Lea** ingrid- alice.lea@legevaktvest.no



Ingrid-Alice arbeider som organisasjonsrådgiver.

Hun har kompetanse innen blant annet innen rekruttering, kompetanseutvikling, organisasjonsteori, kommunikasjon, strategisk HR og ledelse.

Utdanning og kurs:

- Instruktør i førstehjelp / HRL
- Mastergrad i organisasjonspsykologi og ledelse.
- Arbeidsrett 6 studiepoeng

**Stine Skjold Rafoss**  
stinerafoss@legevaktvest.no



Stine arbeider som HMS-rådgiver, hvor hun følger opp ergonomi og deltagelse i generell arbeidsplassvurdering. Hun har arbeidet som psykomotorisk fysioterapeut siden 2011. Hun begynte å arbeide i Legevakt Vest Bedriftshelsetjeneste i 2016. Stine har erfaring som foredragsholder innen ergonomi og trening. Hun arbeider som treningsinstruktør.

Utdanning og kurs:

- Instruktør i førstehjelp / HRL
  - Videreutdanning i Psykomotorisk Fysioterapi ved Høgskolen i Oslo og Akershus, 60 studiepoeng
  - Master Rehabilitering og habilitering ved Høgskolen i Oslo og Akershus, 30 studiepoeng
  - Fysioterapiutdanning ved Høgskolen i Oslo og Akershus, 180 studiepoeng
- Diverse kurs forbundet med kvinnehelse, herunder sentralt forbundet med oppfølging gravide.

**Gry Brusevold**  
grybrusevold@legevaktvest.no



Gry Brusevold arbeider som daglig leder og HMS-rådgiver. Hun har arbeidet innen annen forebyggende helsetjeneste siden 2008. Hun har fra tidligere yrkeserfaring fra Sunnås Sykehus, hjemmetjenester, sykehjem, ledelse, barnehage og kontor. Gry er erfaren foredragsholder innen systematisk HMS-arbeid, arbeidsmiljø og ledelse. Hun har utarbeidet opplæringsprogram for systematisk HMS-arbeid for arbeidsgiver, vernetjeneste og arbeidstakere, samt lederutviklingsprogram. Hun har utviklet internkontrollsystem for barnehage.

Utdanning og kurs:

- Instruktør i førstehjelp / HRL
- Biologiske arbeidsmiljøfaktorer ved NTNU
- Sykefraværsoppfølging ved IA / NAV
- Kjemiske arbeidsmiljøfaktorer ved NTNU
- Grunnkurs for bedriftshelsetjenesten ved STAMI
- Faktaundersøkelse og utvikling av prosedyrer ved Arbeidsmiljøspesialistene
- LØFT-kurs for viderekommende, LØFT-instituttet
- Instruktørkurs i oppmerksomhetstrening (OT) ved SCAT
- Arbeidsrett ved Høgskolen i Buskerud og HR Norge, 15 studiepoeng
- Konflikthåndtering og ulike former for mekling ved Diakonhjemmet høyskole, 30 studiepoeng
- NLP Practioner ved NLP-Centeret Strømmen, sertifisering
- Videreutdanning innen Miljørettet Helsevern (Helse-analyse-beslutning) ved Høgskolestiftelsen på Kjeller, 30 studiepoeng
- Videreutdanning i Organisasjon og Ledelse ved Diakonhjemmet Høgskole, 60 studiepoeng
- Sykepleierutdanning ved Ullevål Sykepleierhøgskole

**Roy Whittall**

Roy arbeider som Yrkeshygieniker.

Utdanning og kurs:

- Master i helsefremmende arbeid ved Høgskolen i Vestfold
- Statistikk ved Høgskolen i Vestfold
- Natur og miljøvern fag ved Høgskolen i Telemark
- Examen Philosophicum ved Høgskolen i Lillehammer
- Bygningsfag ved Rana Tekn. Fagskole
- Revisjonsmetodikk ved Helse og miljøtjenester
- Radon ved Statens Strålevern